

Jeden Tag gesünder leben

18.06.2014, 12:40 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *actitag*



Nachhaltige betriebliche Gesundheitsförderung durch individuelles actitag-Konzept

München, Juni 2014. Zivilisationskrankheiten wie hoher Blutdruck und Diabetes sind die Geißel unserer bewegungsarmen Arbeitswelt. Arbeitnehmern, die in ihren Jobs sitzenden oder stehenden Tätigkeiten nachgehen, fällt es im Alltag schwer, Nahrungsaufnahme und Aktivität ins Gleichgewicht zu bringen. Lange, wiederkehrende Ausfälle sind die Folge. Positive Effekte verzeichnen Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung, wenn sie alle Mitarbeiter gleichermaßen erreichen. Das neue actitag-Konzept des Münchner Anbieters für softwareunterstützte Unternehmensplanung Software4You setzt genau dort an und integriert sich komplett in den Betriebsalltag: Ein auf jeden Nutzer zugeschnittenes, anonym durchzuführendes Gesundheitsprogramm mit Fokus auf Balance zwischen Ernährung und Bewegung adressiert die gesamte Belegschaft. Von Wohlbefinden, Leistungsbereitschaft und positivem Betriebsklima profitieren alle.

Erfolg spornt an

actitag vermittelt den Anwendern Gesundheits- und Entscheidungskompetenz. Das Konzept verzichtet bewusst auf strenge Diäten und straffe Workouts. Denn nur wer die Wirkung des eigenen Handelns versteht, ändert langfristig seine Verhaltensmuster und lernt, jeden Tag gesünder zu leben. Vom Arbeitgeber zu actitag eingeladen fühlen sich Mitarbeiter wertgeschätzt, sind motiviert, stressresistenter und seltener krank. Basierend auf einer medizinischen Eingangsuntersuchung, die messbare Gesundheitsparameter aufzeigt, legen Teilnehmer ihr persönliches Profil im Webaccount auf www.actitag.de an. Ausgehend von den Messwerten leiten sich individuelle Zielstellungen ab, wie das Abnehmen, Zunehmen oder Halten von Körpergewicht. Wer die Stellschrauben Ernährung und Bewegung in die richtige Richtung dreht, sorgt für optimalen Ausgleich zwischen Kalorienzufuhr und -verbrennung. Nutzer greifen via iOS- oder Android- App mit mobilen Endgeräten jederzeit an jedem Ort auf ihr Profil zu und dokumentieren mit der umfangreichen Lebensmittel-Datenbank ihre Ernährung. Ein mitgelieferter, dezent zu tragender Bewegungssensor misst den ganzen Tag die Aktivität und zeigt die noch ausstehenden Schritte bis zum täglichen Ziel. Das spornt an und führt beispielsweise zum Entschluss, statt des Fahrstuhls doch lieber die Treppe zu nehmen.

Lohnender Einsatz

Arbeitgeber, die ihrer Belegschaft Zugang zu actitag mittels Lizenzschlüsseln gewähren, engagieren sich für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter und ernten messbaren unternehmerischen Erfolg. Dabei geht der Unternehmer keinerlei

finanzielles Risiko ein, denn eine Bedarfsanalyse zum Start stellt fest, wie viele Mitarbeiter actitag nutzen wollen. Nur für diese Gruppe bucht der Arbeitgeber Lizenzen. Falls teilnehmende Mitarbeiter ausscheiden, überträgt der Arbeitgeber den Lizenzschlüssel einfach einem nachrückenden Interessenten. Der Datenverkehr erfolgt doppelt verschlüsselt. Alle Gesundheits- und Messdaten liegen sicher in einem deutschen Rechenzentrum und sind nicht von Dritten einsehbar. Ein allgemeines monatliches Reporting veranschaulicht den ROI und verrät, wie sich die Nutzergruppe gesundheitlich verbessern konnte, ohne Schlüsse auf den Einzelnen zuzulassen.

Portrait

Über actitag

Das Konzept für betriebliche Gesundheitsförderung actitag ist eine Eigenentwicklung der Software4You GmbH in München. 15 Mitarbeiter um Geschäftsführer Hanns-Dirk Brinkmann arbeiten seit August 2013 an dem Projekt. Auch nach dem Launch im April 2014 kümmert sich das Team fortlaufend um die Weiterentwicklung von actitag. Mehr Informationen auf www.actitag.de

News-ID: 801432 • Views: 744 (Stand: 12.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/801432/Jeden-Tag-gesuender-leben.html>